
A través del canal de Youtube del Ayuntamiento ofrecerá nuevos contenidos diarios

El Ayuntamiento pone en marcha el canal Contigo en Casa con propuestas de Deporte, Salud, Cultura y Ocio para seguir desde casa

- ***Los vecinos podrán seguir on line zumba, pilates, yoga, aeróbic, entre otras disciplinas, con sus monitores de los polideportivos municipales***
- ***Obras de teatro, conciertos, visitas guiadas a exposiciones, cuentacuentos para los pequeños, entre otros, en la oferta cultural***
- ***Se ofrecerán vídeos con consejos de fisioterapia, psicología y otros ámbitos de la Salud para unos buenos hábitos en la cuarentena***
- ***Más de 150 roceños se han ofrecido voluntarios en la plataforma municipal Las Rozas Conecta para ayudar a otros vecinos***
- ***El Consistorio elabora un directorio de comercios, restaurantes y centros médicos y veterinarios que prestan servicios, con 70 inscritos***

El Ayuntamiento de Las Rozas pone en marcha la iniciativa "Contigo en Casa", a través de su canal de Youtube (<http://bit.ly/ContigoEnCasaLRZS>), con actividades deportivas, culturales y de ocio para seguir on line desde casa, con el objetivo de facilitar a los vecinos que sigan manteniéndose de forma saludable con clases deportivas y una variada oferta de cultura y ocio de calidad para continuar formándose y entreteniéndose los días que dure el Estado de Alarma. La oferta se completa con vídeos relacionados con salud, con consejos de fisioterapeutas, psicólogos y personal sanitario para cuidar nuestro cuerpo y mente durante el tiempo confinados en casa.

"Ponemos a disposición de los vecinos una batería de propuestas deportivas, culturales y de ocio, y vida saludable para hacer más llevadera la cuarentena en

[Plaza Mayor 1 - 28230 Las Rozas de Madrid](#)
[Tel. 91 757 90 02 / 91 77 – Fax 91 637 48 58](#)
comunicacion@lasrozas.es - www.lasrozas.es



@Ayto_Las_Rozas



Ayuntamiento de Las Rozas de Madrid

estos días complicados y para que, en la medida de lo posible, no dejen de lado sus rutinas deportivas y buenos hábitos, así como su participación en la cultura y el ocio que les ofrecíamos desde el Ayuntamiento de Las Rozas”, explicó el alcalde de la ciudad, José de la Uz, quien agradeció además a los monitores de los polideportivos municipales y a los técnicos de Cultura, y otras áreas como Servicios Sociales y Salud el esfuerzo que están haciendo para sacar adelante esta iniciativa.

Así, desde hoy, los ciudadanos pueden disfrutar en el canal de Youtube del Ayuntamiento de clases como zumba, pilates, yoga, aeróbic, step, específicas de abdominales, hipopresivos, entre otras disciplinas deportivas, con sus monitores habituales de las clases presenciales de los polideportivos municipales.

También para mantener unos hábitos saludables y sobrellevar la cuarentena, podrán visualizar información con consejos de fisioterapia, psicología, y otros ámbitos de la salud.

A nivel cultural y de ocio, los roceños tendrán a su disposición on line obras de teatro, conciertos, visitas guiadas a exposiciones y cuentacuentos para los más pequeños, entre otras propuestas.

Toda la oferta de vídeos se irá ampliando diariamente durante el tiempo que se prolongue el Estado de Alarma, con el objetivo de ser variada y llegar a todos los públicos.

Además, la concejalía de Cultura y Juventud está seleccionando para los vecinos las mejores iniciativas y contenidos culturales de terceros que se han liberado con motivo de la crisis sanitaria y que pone a su disposición a través de la cuenta de Twitter (@CulturaLasRozas).

Plataforma de ayuda Las Rozas Conecta

La propuesta deportiva, de salud, cultura y ocio que se pone en marcha hoy, está en consonancia con las medidas que está tomando el Ayuntamiento desde que se inició la crisis sanitaria por la pandemia de coronavirus para facilitar la vida de los roceños y su relación con la Administración. En este sentido, cabe recordar, que el Ayuntamiento de Las Rozas tiene en marcha la plataforma Las Rozas Conecta, a través de la que se están canalizando cualquier necesidad o problema que puedan

Plaza Mayor 1 - 28230 Las Rozas de Madrid
Tel. 91 757 90 02 / 91 77 – Fax 91 637 48 58
comunicacion@lasrozas.es - www.lasrozas.es



@Ayto_Las_Rozas



Ayuntamiento de Las Rozas de Madrid

tener los vecinos, así como una red de voluntarios que puedan ayudar a los técnicos municipales y la Agrupación de Protección Civil en su resolución.

Más de 150 roceños se han inscrito como voluntarios en esta Plataforma municipal de ayuda a los vecinos puesta en marcha esta semana, que ya está prestando su colaboración en casos como facilitar la compra de alimentos y medicamentos a personas mayores, atenciones sanitarias de carácter menor, o simplemente, hacer seguimiento y acompañamiento vía telefónica sobre el estado diario de personas que residen solas o con necesidades.

“Emociona ver la respuesta que hemos tenido de nuestros vecinos a la plataforma municipal de ayuda Las Rozas Conecta, con familias enteras ofreciéndose voluntarias, y muchos jóvenes estudiantes de Las Rozas que están poniendo sus conocimientos y buena voluntad al servicio de otros. Solo puede agradecer la colaboración que estáis prestando los vecinos y animaros a seguir utilizando esta plataforma para todo lo que necesitéis durante el Estado de Alarma. En Las Rozas estamos dando una lección de solidaridad”, aseguró José de la Uz.

Directorio público de comercios y restaurantes a domicilio

A través de esta plataforma además, el Ayuntamiento ha elaborado un directorio de comercios y restaurantes que están prestando servicio en local o a domicilio estos días para facilitar a los vecinos las compras imprescindibles, así como centros médicos y veterinarios, y que cuenta ya con más de 70 negocios inscritos.

Todas aquellas personas que quieran inscribirse en este directorio, o necesiten ser ayudados para asuntos de cualquier índole (comida, farmacia, atención telefónica, etc.) o que quieran colaborar, deben rellenar el cuestionario que encontrarán en www.lasrozas.es o ponerse en contacto con el Consistorio a través del correo electrónico lasrozasconecta@lasrozas.es y a través del número de teléfono 91 757 90 05.

Plaza Mayor 1 - 28230 Las Rozas de Madrid
Tel. 91 757 90 02 / 91 77 – Fax 91 637 48 58
comunicacion@lasrozas.es - www.lasrozas.es



@Ayto_Las_Rozas



Ayuntamiento de Las Rozas de Madrid